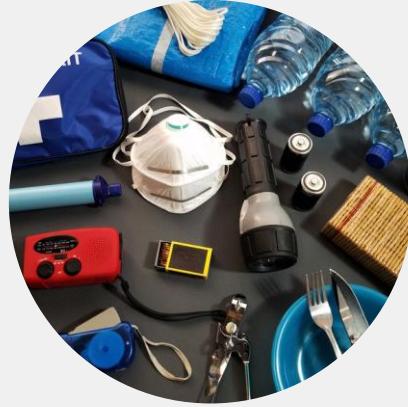


## Oroza Kaguzi ya Ugavi wa Zarura

Handaa vifaa vya kutosha hili uweze  
kudumu wewe na familia yako kwa  
hangalau **siku tatu**.



### Hakikisha kwamba kifaa chako kina vitu vifuatavyo

- Dawa
- Chakula na mayi
- Vifaa kwa hajili ya batoto bachanga na batoto
- Vifaa vya wanyama vipenzi
- kimemeshi
- Tochi na filimbi
- Pesa taslimu
- Nakala za nyaraka muhimu
- Vifaa vya huduma ya kwanza
- Redio hinayoendeshwa na betri/betri za ziada

**Hunda kifurushi chako cha kuijandaa:**

[www.turkishisa.gov/kit](http://www.turkishisa.gov/kit)

## MUHIMU



### Hikiwa unatumia dawa

- Daima kuwa na hangalau wiki moya ya usambazaji wa dawa.
- Andika dawa ambazo wewe na familia yako huchukua.
- Jumuisha jina la dawa, dozi, mara ngapi unachukua, na kwa nini unachukua.



### Hendelea Kuunganishwa hili

### Uendelee Kupata Taarifa

Pata harifa za zarura ama hali ya hewa bila malipo

kutoka mji wa Philadelphia. Tuma ujumbe kw **READYPHILA** kwenda **888-777** au tembelea [www.phila.gov/OEM](http://www.phila.gov/OEM) kujisajili ili upate arifa za bila malipo.

### Mtando wa Mashirika na Mwitikio wa Jamii

Jiunge hili upate habari za hivi karibuni  
kuhusu Zuruba kali na Zarura nyingine za Afya  
ya Umma.



Sign Up

[bit.ly/phlcommunityresponse](http://bit.ly/phlcommunityresponse)



Department of  
Public Health  
CITY OF PHILADELPHIA



**Hendelea kuwa na  
afya na  
Salama Wakati wa  
Hali ya hewa kali**

-----

## Mabadiliko ya hali ya hewa husababisha nini?

### Mvua zaidi

Zoruba nzito na za mara kwa mara zinaweza kusababisha miili ya mayi kufurika mara nyingi zaidi.

### S ongezeko la nauli

Zoruba za pwani zinazidi kuwa na nguvu na mara kwa mara na zinaweza kusababisha mayi kupanda juu ya viwango vya kawaida.

### Kupanda kwa husawa wa bahari

Baazi ya maeneo ya Philadelphia yako katika hatari ya kupanda kwa husawa wa bahari na mafuriko.



### Hikiwa hunatumia jenereta

- Jenereta huzalisha gaz ya sumu ya kaboni monoksidi (CO).
- KAMWE USITUMIE jenereta ndani ya nyumba, hata kama madirisha na milango ni wazi. Tumia zaidi ya mita 20 kutoka nyumbani kwako.

## Ni nini cha kufanya wakati na baada ya gharika?

### Hepuka mayi ya mafuriko

- USIENDESHE gari ama kutembeya kwenye barabara zilizofurika mayi.
- Mayi ya mafuriko yana vijidudu hatari, kemikali, na takataka.
- Nawa mikono yako hikiwa hunagusa mayi ya mafuriko.

### hepuka kuumwa na imbu

- Ondoa mayi yaliyosimama.
- Hakikisha kuwa skrini za dirisha na milango zipo.
- Tumia dawa ya kuhuwa imbu.

### Kama wewe kupoteza madaraka

- Tupa chakula ambacho kimekuwa kwenye jokofu lisilo na mbio kwa zaidi ya masaa manne.
- Badilisha dawa ambazo zinahitaji congélateur.

***Mafuriko yanaleta hatari nyingi kwa Batu ba Philadelphia, hikiwa ni pamoya na hatari za kiafya.***

## Nini cha kufanya kuhusu mold?

### Kuzuhiya

- Kuzibiti unyevu hili kuzuia mold.
- Safisha sehemu zilizokahuka na zenyenye unyevu ndani ya saa 24 na utupe vitu ambavyo haviwezi kukaushwa.
- Tumia mashabiki, hali ya hewa na dehumidifiers kwa kukausha.

### Kusafisha Salama

- Vaa gans za mpira, ulinzi wa macho, shati la mikono mirefu, suruali ndefu na masque.
- Fungua milango na madirisha.
- Tumia sabuni ama sabuni isiyo ya amonia. KAMWE kuchanganya bleach na amonia.
- Kama hunawenza, kuhajiri mtahalamu wa kusafisha maeneo moldy kubwa zaidi ya 3 kwa miguu 3.

**Mold hinawenza kusababisha jicho na ngozi kuwashaa na azari mzungu.**

**Hikiwa huna asma mold inaweza kusababisha mashambulizi ya asma.**



Kwa taarifa zaidi kuhusu kuvu safisha tembelea [www.epa.gov/mold](http://www.epa.gov/mold)